

## PENGARUH MASSAGE COUNTERPRESURE TERHADAP PENGURANGAN RASA NYERI PADA IBU BERSALIN

Siti Aisyah<sup>1)</sup>, Sri Rintani Sikumbang<sup>2)</sup>, Fina Kusuma Wardani<sup>3)</sup>

<sup>1,2,3</sup>Dosen Profesi Bidan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

Email : [sitiaisyah@helvetia.ac.id](mailto:sitiaisyah@helvetia.ac.id)

### ABSTRAK

Rasa nyeri saat bersalin merupakan keadaan yang kurang nyaman yang dialami oleh ibu. Semua ibu bersalin akan merasakan nyeri. Aktivitas nyeri berlebihan akan menghambat proses kemajuan persalinan karena psikis ibu terganggu. Nyeri semakin meningkat pada kala I fase aktif deselerasi diikuti oleh his yang adekuat. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh massage counterpressure terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin di Klinik Dina Medan Tahun 2022. Metode penelitian dengan *Quasi Experimen* dengan *one group pretest* dan *post test without control* design. Sampel penelitian sebanyak 14 responden ibu bersalin kala I fase aktif. Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji *Paired T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan dari 14 responden, rata-rata mengalami rasa nyeri sedang hingga kuat sebelum diberi massage counterpressure adalah 2,70. Rasa nyeri berkurang dari berat menuju sedang sesudah diberi masase punggung adalah 1,30. Berdasarkan hasil uji statistik *paired T-Test* didapatkan nilai *p-value* 0,000(<0,05) terdapat pengaruh massage counterpressure terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin, dapat disimpulkan adanya pengaruh antara rasa nyeri pada ibu bersalin sebelum dan sesudah dilakukan massage counterpressure pada ibu bersalin. Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan pelayanan persalinan dengan terapi non farmakologi dengan menggunakan metode massage counterpressure untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu bersalin.

**Kata Kunci:** *Counterpressure, Nyeri, Persalinan*

### ABSTRACT

*Pain during childbirth is an uncomfortable condition experienced by the mother. All birth mothers will feel pain. Excessive pain activity will hinder the progress of labor because the mother's psychology is disturbed. Pain increases in the first stage of the active deceleration phase followed by adequate his. The aim of the study was to determine the effect of counterpressure massage on reducing pain in mothers giving birth at the Medan Dina Clinic in 2022. The research method was a Quasi Experiment with one group pretest and post test without control design. The research sample consisted of 14 respondents during the first active phase of labor. Data analysis used univariate and bivariate analysis with the Paired T-Test. The results showed that of the 14 respondents, the average feeling of moderate to strong pain before being given a counterpressure massage was 2.70. The pain decreased from severe to moderate after being given a back massage was 1.30. Based on the results of the paired T-test statistic, the p-value was 0.000 (<0.05). There was an effect of counterpressure massage on reducing pain in pregnant women. maternity. It is recommended for health workers to improve delivery services with non-pharmacological therapy using the counterpressure massage method to reduce pain in laboring mothers.*

**Keywords:** *Counterpressure, Pain, Labor*

### PENDAHULUAN

Persalinan adalah keadaan pengeluaran hasil dari konsepsi dan pembuahan dalam bentuk janin yang siap dilahirkan dan cukup bulan atau aterm. Persalinan yang normal akan menimbulkan rasa nyeri dari nyeri ringan, sedang hingga nyeri berat. Rasa nyeri yang dialami oleh setiap ibu berbeda tingkatannya. Untuk itu

diperlukan asuhan sayang ibu untuk menurunkan rasa nyeri saat persalinan, agar persalinan berjalan dengan baik. Rasa nyeri yang berlebihan akan mengakibatkan persalinan yang panjang sehingga membutuhkan intervensi medis yang sebenarnya tidak diperlukan jika tubuh dapat relaks.

Obat atau metode penghilang rasa sakit persalinan dibutuhkan karena pada dasarnya persalinan bukanlah suatu siksaan. Persalinan merupakan tugas reproduksi untuk melanjutkan kehidupan. Obat penghilang rasa sakit digunakan selama persalinan akan berdampak pada ibu dan janin (Bonny Danuatmaja, 2008).

Nyeri adalah sensor tidak menyenangkan dalam pengalaman emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan yang potensial atau aktual. Nyeri sangat mengganggu dan menyulitkan, dimana nyeri tersebut memprovokasi saraf-saraf sensorik nyeri menghasilkan reaksi ketidaknyamanan, distress ataupun penderitaan. Secara umum nyeri ada dua bagian nyeri akut dan nyeri kronis (Dewi Nurhanifah, 2022).

Nyeri akut merupakan nyeri yang timbul secara mendadak dan cepat menghilang dan ditandai dengan adanya tegangan otot. Sedangkan nyeri kronis adalah nyeri yang timbul secara perlahan – lahan sifatnya konstan atau intermiten yang menetap sepanjang suatu periode tertentu. Biasanya berlangsung dalam waktu yang cukup lama lebih dari 6 bulan (Dewi Nurhanifah, 2022).

Nyeri persalinan merupakan respon sensorik dan emosional yang dirasakan berupa rasa tidak nyaman akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial. Intensitas nyeri fase pembukaan serviks bervariasi, tergantung bertambahnya dilatasi serviks. Kala I fase laten pembukaan 0-3 cm, ibu merasakan nyeri dan tidak nyaman. Sedangkan fase aktif pembukaan serviks 4-7 cm nyeri semakin menusuk dan ketika pembukaan serviks 7-10 cm nyeri menjadi lebih berat, menusuk dan kaku (Alchalidi, dkk, 2020).

Intensitas nyeri persalinan yang dirasakan ibu berbeda-beda namun umumnya intensitas nyeri berada pada kategori sedang dan berat, hanya 2-4% ibu yang merasakan nyeri ringan ketika persalinan. Penatalaksanaan dan observasi nyeri persalinan saat pembukaan serviks sangat penting dilakukan. Penatalaksanaan dapat dilakukan dengan metode farmakologi dan non farmakologi. Salah satu metode non farmakologi adalah

massage counterpressure (Alchalidi, dkk, 2020).

Nyeri persalinan merupakan masalah yang nyata bagi ibu hamil. Ibu hamil mengharapkan dapat bersalin tanpa rasa nyeri. Kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri persalinan adalah kala I fase aktif. Fenomena yang terjadi saat ini kebanyakan ibu lebih memilih untuk melakukan operasi sectio caesarea (SR. Makalalag, 2019).

Masase adalah tindakan melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot tendon atau ligamentum, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi dan memperbaiki sirkulasi darah. Ketika sentuhan dan nyeri dirangsang bersama, sensasi sentuhan berjalan ke otak sementara sistem kontrol desenden merangsang thalamus untuk mensekresi endorfin yang menutup pintu gerbang hantaran nyeri di medulla spinalis (Wulandari DA, dkk, 2018).

Dalam pengurangan rasa nyeri persalinan, massage counterpressure merupakan massage yang sering digunakan. Massage counterpressure merupakan massage dengan menggunakan titik tertentu dipunggung bawah saat berkontraksi. Teknik ini yang akan menyebabkan adanya pemblokiran impuls nyeri yang akan di transmisikan lebih cepat ke otak. Proses ini dapat membantu pengurangan rasa nyeri yang dirasakan. Penekanan daerah punggung dapat mengurangi regangan pada sacro iliaca sehingga tekanan berkurang akibat penekanan internal dari kepala janin. Pemberian massage counterpressure dapat mengurangi rasa nyeri yang dihantarkan menuju medula spinalis dan otak dan juga mengaktifkan hormon endorfin sehingga nyeri yang dirasakan berkurang (Ekadewi Retnosari, dkk, 2022).

Counterpressure dapat mengatasi nyeri persalinan dan memberikan sensasi menyenangkan yang melawan rasa tidak nyaman saat kontraksi ataupun diantara kontraksi (SR. Makalalag, 2019).

Tingkatan nyeri diukur dengan kelompok nyerinya, dengan menggunakan skala nyeri 0-10 (skala numerik), skala ekspresif dengan menggunakan gambar animasi dan profil wajah atau dengan skala

Visual Analogue Scale (VAS). Nyeri diukur pada saat kontraksi rahim dan dilatasi serviks, karena pada keadaan ini merupakan penyebab rasa sakit yang dialami oleh wanita saat melahirkan. (Mardiana A. dkk, 2003).

Berdasarkan data Sampling Registration System (SRS) tahun 2018, sekitar 76% kematian ibu terjadi di fase persalinan dan pasca persalinan dengan proporsi 24% terjadi saat hamil, 36% saat persalinan dan 40% pasca persalinan. Yang mana lebih dari 62% Kematian Ibu dan Bayi terjadi di rumah sakit. Artinya akses masyarakat mencapai fasilitas pelayanan kesehatan rujukan sudah cukup baik. Tingginya kematian ini disebabkan oleh berbagai faktor risiko yang terjadi mulai dari fase sebelum hamil yaitu kondisi wanita usia subur yang anemia, kurang energi kalori, obesitas, mempunyai penyakit penyerta seperti tuberculosis dan lain-lain. Pada saat hamil ibu juga mengalami berbagai penyulit seperti hipertensi, perdarahan, anemia, diabetes, infeksi, penyakit jantung dan lain-lain ( Rokom, 2021)

Ditinjau berdasarkan laporan profil Kabupaten/kota Sumatera Utara jumlah kematian ibu pada tahun 2016 dilaporkan tercatat sebanyak 239 kematian. Berdasarkan profil kabupaten/kota maka AKI Sumatera Utara adalah sebesar 85/100.000 kelahiran hidup dari hasil Sensus Penduduk 2010. AKI di Sumatera Utara sebesar 328/100.000 KH, namun, masih cukup tinggi bila dibandingkan dengan angka nasional hasil 2010 yaitu sebesar 259/100.000 KH (Agustama, 2016 ).

Penelitian Suyani dan Anwar tentang pengaruh massage counterpressure terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif metode quasi eksperimen dengan rancangan nonequivalent control group dengan 31 sampel. Analisis data menggunakan T test. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, rerata skor nyeri sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok control tidak ada perbedaan ( $p=0,147$ ). Perbandingan selisih intensitas nyeri pada kelompok kontrol dan perlakuan adalah berbeda bermakna ( $p=0,000$ ), hal ini menunjukkan bahwa massage

counterpressure dapat menurunkan intensitas nyeri dibandingkan dengan perawatan standar. Uji multivariat menunjukkan bahwa massage counterpressure paling berpengaruh menurunkan nyeri sebanyak 2,356 dibandingkan pendampingan psikososial. Kata kunci: massage counterpressure, nyeri persalinan kala I ( Suyani, dkk, 2016).

Penelitian M. Satria dengan topik Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Counterpressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif, yang menyatakan bahwa Terjadi penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan pijat counterpressure yang dilihat dari selisih nilai mean antara rata-rata nyeri persalinan sebelum dilakukan pijat counterpressure dan rata-rata nyeri persalinan sesudah dilakukan pijat counterpressure yaitu sebesar 3,2 (nyeri ringan) dengan nilai minimum 2,841 (nyeri ringan) dan nilai maksimum 3,559 (nyeri ringan) (M. Satria, 2018) .

Penelitian Astrida Budiarti dan Aimatus Solicha dengan topik Pengaruh Terapi Massage Counterpressure Terhadap Nyeri Kala I Pada Ibu Inpartu menyatakan bahwa Ada pengaruh terapi massage counter pressure terhadap nyeri kala I pada ibu inpartu dengan nilai  $p = 0,000$  ( Astrada B. dkk. 2020).

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan di Klinik Dina Medan pada Tahun 2021, pada 10 ibu Inpartu, 8 orang ibu bersalin mengatakan nyeri yang sangat hebat yang tidak tertahankan pada saat kontraksi, peneliti memberikan tindakan massage counterpressure, mereka mengatakan nyeri berkurang dan 2 orang mengatakan nyeri sedang pada saat kontraksi. Dan dari data tersebut masalah pada penelitian ini yaitu masih banyak ibu inpartu yang mengalami nyeri persalinan hebat dan membutuhkan tindakan non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami oleh ibu.

Berdasarkan latar belakang dan survey awal yang sudah dilakukan maka peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh massage Counterpressure terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin”, dengan tujuan untuk mengetahui

sejauh mana pengaruh massase punggung terhadap pengurangan rasa nyeri pada proses persalinan di Klinik Wanti.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Experimen*) dengan *one group pretest* dan *post test without control* design yang dilakukan pretest terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi kepada responden yang kemudian setelah dilakukan intervensi dilakukan post test, disebut *quasi eksperimen* dengan *one group pretest and post test without control design* karena peneliti hanya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa pembandingan, dan

kelompok subjek di observasi sebelum dilakukan intervensi kemudian di observasi lagi setelah intervensi. Hal ini digunakan design 1 kelompok untuk sebelum dan sesudah intervensi (*one group pre-post test*). Penelitian ini dilakukan di Klinik Dina Medan pada bulan Maret s/d Agustus 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 14 responden di Klinik Wanti Tahun 2022. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *Accidental sampling*. Analisa dalam penelitian ini yaitu analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Paired Simple T-Test*.

## HASIL

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Ibu Bersalin Melakukan Massage Counterpressure di Klinik Wanti Medan 2022

No.	Variabel	f	%
1	<b>Massage Counterpressure</b>		
	Dilakukan	1	7.1
	Sebagian Dilakukan	2	14.3
	Semua dilakukan	11	78.6
2	<b>Pengurangan Rasa Nyeri (Pre Test)</b>		
	Tidak Ada Nyeri	0	0.0
	Nyeri Sedang	4	28.6
	Nyeri Berat	10	71.4
3	<b>Pengurangan rasa nyeri (Post test)</b>		
	Tidak Ada Nyeri	0	0.0
	Nyeri Sedang	12	85.7
	Nyeri Berat	2	14.3
<b>Total</b>		<b>14</b>	<b>100</b>

Table diatas menggambarkan distribusi ibu bersalin dilakukan massage counterpressure sebanyak 1 orang (7.1%) sebagian dilakukan massage counterpressure sebanyak 2 orang (14.3%) dan semua dilakukan massage counterpressure sebanyak 11 orang (78.6%).

Intensitas rasa nyeri pada responden sebelum mendapatkan perlakuan pada skala nyeri sedang sebanyak 4 orang (28.6%) sedangkan pada skala nyeri berat

sebelum diberikan perlakuan sebanyak 10 orang (71.4%). Frekuensi pengurangan rasa nyeri menunjukkan bahwa sebelum diberikan

Responden setelah mendapat perlakuan massage counterpressure menunjukkan bahwa yang mengalami rasa nyeri sedang sebanyak 12 orang (85.7%) dan yang mengalami nyeri berat sebanyak 2 orang (14.3%).

Tabel 2

Rara-Rata Pengurangan Rasa Nyeri Sebelum (*Pretest*) dan Sesudah (*Posttest*) Masase di Klinik Wanti Medan Tahun 2022

Pengurangan rasa nyeri	Mean	Standart Deviasi	95% interval of difference	
			Lower	Upper
<i>Pre_test</i> Massage Punggung	2.70	0.400	2.51	2.89
<i>Post_test</i> Masase Punggung	1.30	0.316	1.18	1.39

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa *Uji T Test* dilakukan untuk menilai

rata-rata pngurangan rasa nyeri pada ibu bersalin sebelum dilakukan masase,

sebelum dilakukan Masase rata-rata rasa nyeri adalah 2,70 dan sesudah dilakukan

Masase rata-rata nyeri adalah 1,18.

Tabel 3

Normalitas Data Sebelum (*Pretest*) dan Sesudah (*Posttest*) Dilakukan Masase di Klinik Wanti Medan Tahun 2022

Pengurangan rasa nyeri	Shapiro Wilk		
	Statistik	Df	Sig
Pre-test Masase Punggung	0.485	14	0.000
Post_test Masase Punggung	0.403	14	0.000

Berdasarkan tabel diatas ditunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal dengan nilai sig lebih <0,05 sehingga syarat uji wilcoxon test terpenuhi. Uji normalitas menggunakan Shapiro-wilk karena jumlah responden <50 orang.

Tabel 4

Uji Pelaksanaan Masase Punggung dengan Pengurangan Rasa Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Medan di Klinik Wanti Medan Tahun 2021

Pengurangan rasa nyeri		N	Mean Rank	Sum Of Ranks	P-Value
Pre-test	Negatif Rank	12	9.40	161.00	0.000
Post_test	Positif Ranks Test	2	0.00	0.00	
Total		14			

Wilcoxon sampel test digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata pengurangan rasa nyeri sebelum dan sesudah dilakukan masase. Rata-rata pengurangan rasa nyeri sebelum dan sesudah dilakukan masase terjadi penurunan secara statistik yaitu didapatkan pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin =0,000 atau kurang dari <0,05 yang artinya ada pengaruh pengurangan rasa nyeri sebelum dan sesudah dilakukan massage counterpressure.

## PEMBAHASAN

Intensitas nyeri persalinan yang dirasakan berbeda setiap orang tergantung dari respon tubuh dalam menerima impuls syaraf sensoris nyeri. Perlakuan yang diberikan pada responden berupa massage counterpressure untuk menurunkan nyeri berpengaruh terhadap penurunan rasa nyeri yang dialami oleh ibu bersalin. Hasil penelitian menunjukkan sebelum (*Pretest*) dan sesudah (*Posttest*) pada tabel 2. menunjukkan rata-rata (*mean*) rasa nyeri sebelum sebesar 2.70 rasa nyeri sebelum dan sesudah dilakukan massage counterpressure sebesar 1.30 hal ini dapat disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata (*mean*) rasa nyeri sebelum dan sesudah diberi masase dengan skala observasi perilaku sesudah (*posttest*). Berdasarkan hasil uji statistik *Paired T Test* didapatkan nilai *p-value* 0,000(<0,05) dari hasil

penelitian tersebut maka dapat disimpulkan ada pengaruh massage counterpressure terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalinan sesudah diberikan tindakan pengurangan rasa nyeri non farmakologi dengan massage counterpressure. Hasil uji tersebut menjawab dan menerima hipotesis awal penelitian bahwa terdapat pengaruh massage counterpressure terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin.

Manajemen Nyeri dengan metode non farmakologi berupa massage counterpressure membuat ibu menjadi lebih nyaman karena ibu mendapatkan pijatan di area punggung dengan titik tertentu. Pijatan ini dapat meregangkan jaringan otot yang kaku akibat dari kontraksi yang semakin meningkat, saraf juga akan teregang dan dapat menjalankan aktivitas kerja dengan normal melalui respon yang dihasilkan ke otak. Selain itu massage counterpressure juga dapat meningkatkan hormon endorpin sehingga rasa sakit akan jauh lebih berkurang.

( AR Ma'rifah, 2014 ).

Massage counterpressure dapat mengurangi rasanyeri dengan intensitas tinggi dan memberikan rasa tenang dan senang sehingga dapat melawan rasa nyeri dalam persalinan pada saat merasakan kontraksi atau di antara kontraksi, sehingga dapat membantu ibu dalam melewati proses persalinannya dengan nyaman. Meskipun dalam pelaksanaan pemberian terapi ini ada

beberapa hambatan, salah satunya karena setiap orang dalam menyikapi nyeri berbeda-beda. Individu dengan kadar endorfin tinggi akan sedikit merasakan nyeri dibandingkan dengan yang memiliki sedikit atau rendahnya kadar endorfin maka nyeri yang dirasakan sangat besar ( Hutari PA, dkk. 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Indah puspita, menyebutkan bahwa pijatan selama 30 menit pada bahu dan punggung yang dilakukan pada ibu bersalin kala I fase aktif dapat mengurangi nyeri dan memberikan dukungan psikologis pada saat proses persalinan. Ibu bersalin yang dimasase punggung memiliki intensitas nyeri lebih rendah 29,62 poin daripada ibu yang tidak dimasase, nilai  $p = 0,001$  yang berarti ada pengaruh masase pada punggung terhadap intensitas nyeri ibu bersalin kala I persalinan normal (Indah P, dkk, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan Y.A. Merry yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh massage counter pressure terhadap lama kala 1 fase aktif persalinan normal Uji bivariat didapat  $p \text{ value} = 0.039$  (Merry, Y.A. 2021). Penyebab belum tercapainya metode masase punggung secara maksimal terdapat beberapa faktor salah satunya adalah karena rasa sakit yang dapat dikurangi dengan masase bergantung pada tingkat kepandaian sang ibu membuat tubuhnya rileks, kalau dia sudah terlatih rata-rata 50% nyeri persalinan dapat dikurangi dan bahkan bisa hilang, psikologis ibu untuk keberhasilan metode masase tempat dan ruangan bersalin juga mempengaruhi keberhasilan metode tersebut. Berdasarkan fenomena yang terjadi adalah banyaknya calon ibu yang mengeluh sakit saat melakukan persalinan, terutama pada calon ibu yang primipara karena calon ibu tidak mempunyai gambaran persalinan yang bisa menjadi acuan tentang apa yang akan terjadi selama proses persalinan, ketidak pastian inilah yang menjadi penyebab sebagian besar kegugupan yang dirasakan calon ibu dalam menghadapi persalinan ( Elin Supliyani, 2017).

Hasil penelitian Kristin N menyatakan Berdasarkan Hasil uji Wilxocon nilai Z sebesar -2.714 dengan  $p$

value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,007 dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ( $p < \alpha$ ), sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara nyeri persalinan persalinan sebelum dan sesudah dilakukan Teknik Massage Counter-Pressure (Kristina N, Dkk, 2020).

Penelitian Yulianingsi E. Menyebutkan ada efektifitas *massase conterpressure* terhadap penurunan intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif pada ibu bersalin dengan menggunakan uji statistic *Wilcoxon* di dapatkan hasil  $p \text{ value} = 0,000 (< \alpha = 0,05)$  ( Yulianingsi E, dkk. 2019) .

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Damayanti diperoleh responden yang diberikan pada kelompok intervensi dari katagori sedang 69,9%, setelah diberikan *massage counterpressure* menjadi nyeri ringan 47,8% hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intervensi *counterpressure* terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan (Damayanti.S, 2019).

Peneliotian ini sejalan dengan penelitian Rina Christiani yang menyatakan adanya penurunan intensitas nyeri sesudah (*pre-post*) dilakukan *massage counterpressure* dari nilai mean 6,700 menjadi 4,950. Dan didapatkan hasil Uji *Paired Sample t-Test* dengan nilai Sig atau  $p \text{-value} (0,000) < \text{dari nilai alpha } (0,05)$  ( Rina C, dkk. 2022).

Menurut asumsi peneliti, massage counterpresure mempunyai pengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif, karena pijatan tersebut menekan titik rangsang ambang nyeri sehingga akan meningkatkan kerja hormon dan memberikan penekanan pda otot yang regang akibat dari adanya kontraksi. Jika terdapat ibu bersalin yang tidak berkurang rasa nyei setelah diberikan masssage counterpresure dapat disebabkan oleh banyak faktor misalnya ibu tidak fokus terhadap afirmasi positif yang diberikan oleh bidan, ibu tergesa-gesa atau terlalu mendramatisir keadaan, ibu tidak dapat mengontrol emosinya saat bersalin atau ibu memiliki gangguan psikis yang mnyebabkan ibu tidak menginginkan kelahiran bayinya. Peran bidan dalam keberhasilan massage counterpresure juga

tinggi. Bidan yang terlatih dan mahir dalam melakukan massage counterpressure akan meningkatkan keberhasilan massage counterpressure dan ibu bersalin lebih mudah memahami apa yang disampaikan oleh bidan dan merasakan massage yang lebih nyaman. Dukungan untuk keberhasilan massage counterpressure dapat berasal dari keluarga sebagai pendamping persalinan. Pendamping persalinan memberikan penguatan kepada ibu untuk rileksasi. Massage pada kehamilan menjelang persalinan juga mendukung atas keberhasilan massage counterpressure. Pada ibu hamil yang rutin melakukan massage otot tubuh lebih lentur dan rileks sehingga ketika menjelang persalinan, tubuh lebih siap dan fresh. Intensitas nyeri pada saat pda saat dilakukan massage counterpressure akan berkurang sejalan dengan rileksasinya otot-otot tubuh. Dimana pada persalinan intensitas nyeri akan berkisar pda nyeri sedang dan nyeri berat. Untuk pengurangan nyeri berat ke nyeri sedang massage counterpressure dapat dilakukan pada saat persalinan ataupun pada akhir kehamilan untuk mendapatkan hasil yang optimal. Sedangkan untuk nyeri sedang berkurang ke tidak nyeri sama sekali beluam ada ditemukan hal demikian, yang ada adalah nyeri sedang berkurang dan ibu merasakan lebih rileksasi, karena setiap persalinan akan menimbulkan rasa nyeri tergantung dari emosional ibu bersalin yang menerima respon nyeri tersebut.

Oleh sebab itu metode massage counterpressure sangat efektif dilakukan pada ibu bersalin kala I karena proses perlakuan yang diberikan sangat mudah dan tidak menggunakan alat-alat tertentu yang mengganggu ibu selama proses bersalin. Metode massage ini baik untuk dilakukan untuk ibu primipara ataupun nullipara untuk semua usia. Massage counterpressure akan lebih efektif jika pada saat kehamilan ibu sudah mendapatkan massage. Massage ini dapat dilakukan oleh bidan maupun keluarga untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan ibu saat persalinan berlangsung baik dirumah maupun pada saat ibu di klinik bersalin

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan tentang pengaruh massage counterpressure terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin di Klinik Wanti Medan, dapat disimpulkan sebagai berikut Rasa nyeri sebelum diberi masase punggung di Klinik Wanti adalah 2.70. Rata-rata rasa nyeri sesudah diberi masase punggung di Klinik Wanti adalah 1.30. Ada pengaruh pengurangan rasa nyeri setelah dilakukan massage counterpressure dengan  $p$ -value 0,000. Berarti ada pengaruh antara tingkat rasa nyeri sebelum dan sesudah dilakukan massage Counterpressure pada ibu bersalin di Klinik Wanti Medan.

### Saran

Saran kepada bidan di klinik Dina untuk lebih meningkatkan terapi non farmakologi berupa massage counterpressure pada ibu hamil dan ibu bersalin. Kepada penelitian selanjutnya dapat dikembangkan penelitian massage counterpressure dengan dikompinasi dengan tehnik massage lainnya untuk pengurangan rasa nyeri pda ibu bersalin dan pasca salin

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustama. Profil Dinas Kesehatan Sumatera Utara; Dinkes Prov-Su. Medan. 2016
- Alchalidi, dkk. Terapi Komplementer Dalam Manajemen Nyeri Persalinan: CV. Media Sains Indoneisa; Bandung. 2020.
- AR Ma'rifah. Efektivitas Teknik Counterpressure dan Endorphin Massage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Pda Ibu Bersalin Kala I STIKes. Harapan Bangsa Purwokwero.  
<https://www.google.com/url>
- Astrida Budiarti, Aimmatus Solicha. Pengaruh Terapi Massage Counterpressure Terhadap Nyeri Kala I Pada Ibu Inpartu Di BPS Desa Durjan, Bangkalan Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas, Vol 3 No 1, May 2020/ page 14-20.
- Bonny Danuatmaja, Mila Meliasari. Persalinan Normal Tanpa Rasa Nyeri. : Puspita Suara; Jakarta, 2008.
- Damayanti & Suhrawardi. Counter Pressure Efektif Mengurangi Nyeri Persalinan.

- Vol.3 (1),1-6 (2019)  
*Jurnal.umbjm.ac.id/index.php/caring-nursing*.
- Dewi Nurhanifah, Rohni Taufika Sari. Manajemen Nyeri Non Farmakologi: Urban Green. Jakarta, 2022.
- Ekadewi Retnosari, dkk. Konsep Holistik Massage: CV. Literasi Nusantara Abadi; Kota Malang, 2022.
- Elin Supliyani. Pengaruh Massage Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Jurnal ibijabar Volume 3 No. 01, Januari 2017.  
<https://www.google.com/url>
- Indah puspita Sari, Dei Astuti. Teknik Masase Punggung untuk Mengurangi Nyeri persalinan kala I. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan, vol.8 no.2 (2017),100-106.
- Kristin Natalia, Weni Damayanti, Stefani Anastasia Sitepu, Vitriлина Hutabarat. Pengaruh Teknik Massage Counterpressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I. Jurnal Penelitian Kebidanan. Vol. 3 No. 1 November 2020  
<http://ejournal.delihusada.ac>
- M. Satria. Pengaruh Sebelum dan Sesudah dilakukan Pijat Punggung Teknik Counterpressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. Jurnal Menara Ilmu, Vol.XII No. 5, April 2018.  
[https://scholar.google.co.id/scholar\\_url?url=https://jurnal.umsb.ac.id/](https://scholar.google.co.id/scholar_url?url=https://jurnal.umsb.ac.id/)
- Mardiana Ahmad dkk. Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Non Farmakologi: CV. Sarnu Untung; Purwodadi-Grobingan, Jawa Tengah. 2003.
- Merry Yussie Ater, Mardiani Bebasari, Olana Rahma Ridanta. Pengaruh *Massage Counter Pressure*
- Rina Christiani, Triana Indrayani, Retno Widowati. Efektivitas *Massage counterpressure* terhadap Intensitas Rasa Nyeri pada Persalinan Kala 1. Journal for Quality in Women's Health Vol. 5 No. 1 March 2022 | pp. 107 - 113 p-ISSN: 2615-6660 | e-ISSN: 2615-6644 <http://jqwh.org> |
- Rokom. 2021. Kemenkes Perkuat Upaya Penyelamatan Ibu  
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/ba>
- ca/umum/20210914/3738491/kemenkes-perkuat-upaya-penyelamatan-ibudan-bayi/ . Diakses tanggal 18 Juni 2022.
- Suyani, dkk. 2016. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, Vol. 12, No. 1, Juni 2016: 20-28
- Terhadap Lama Kala 1 Fase Aktif Persalinan Normal Jurnal Ilmiah Kebidanan Vol. 9, No. 1  
<http://ejournal.poltekkesdenpasar.ac.id/index.php/JIK>
- Wulandari DA, dkk.. Aplikasi Tekhnik Effleurage sebagai Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Ibu Bersalin di Bidan Praktik Mandiri Kecamatan Tembalang. Proceeding of The URECOL. 2018.  
[www.jurnal.ibijabar.org](http://www.jurnal.ibijabar.org).
- Yulianingsih Endah, Hasnawatty Surya Porouw, Suwarni Loleh. Teknik Massage Counterpressure terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala 1 Fase Aktif pada Ibu Bersalin. Jurnal aiska Vol 17, No 2 (2019)  
<https://jurnal.aiska.university.ac.id/index.php/gaster/article/view/374/0>